VOS QUESTIONS / NOS RÉPONSES

BLOQUÉ DANS UN BADTRIP

Par Zimz88 Postée le 06/03/2020 03:49

> Ça fait maintenant 1 mois que j'ai fait un badtrip au cannabis. C'était la première fois que je fumais et j'en ai quand même beaucoup fumé (environ 10 taffs). J'ai l'impression d'y être bloqué depuis ce jour. L'impression de ne pas être moi-même, le stress et surtout la peur de devenir fou. En fait, j'ai peur de devenir schizophrène et ça me hante. Je sais que c'est pas bien d'y penser tout le temps, mais je n'arrive pas a ne pas y penser. Je suis constamment entrain de m'analyser et je me fait peur à moi-même. J'en ai vraiment marre de vivre ça et j'aimerais savoir ce que je peux faire pour m'en débarrasser.
> Ps: j'ai juste 16 ans

Mise en ligne le 06/03/2020

Bonjour,

Vous décrivez une première consommation de cannabis qui a généré des manifestations désagréables associées à ce que nous appelons communément un Bad trip et nous comprenons bien votre malaise. Cependant, il est important de savoir que les effets du THC durent quelques heures et qu'à ce jour ce n'est plus le cannabis qui provoque directement ce que vous éprouvez, les symptômes que vous pouvez ressentir sont indépendants du produit. Ils peuvent être liés à une forme d'angoisse, d'anxiété liée à ce Bad trip… Ces effets ne sont pas irréversibles et devraient s'estomper jusqu'à disparaitre totalement. Comme vous semblez en avoir connaissance il est alors essentiel de tenter de vous en détacher au mieux, de ne pas focaliser dessus. Voir lien ci-dessous

Au sujet de la schizophrénie, nous souhaitons vous apporter quelques précisions qui pourront venir vous rassurer. A savoir que l'apparition de cas de schizophrénie chez les fumeurs de cannabis reste rare. Chez les personnes particulièrement fragiles au niveau psychique (souffrants de troubles de l'humeur, troubles anxieux), la consommation de cannabis serait un des nombreux facteurs mais ni nécessaire, ni suffisant, qui favoriseraient la survenue d'une schizophrénie. Ce risque augmente avec les quantités consommées (multiplié par 4 chez les consommateurs réguliers) et lorsque l'usage commence avant l'âge de 15 ans (le cerveau est en cours de développement, donc plus fragile). Nous vous laissons évaluer la part de risque qui vous revient, à la lecture de votre message, vous semblez peu concerné.

Si vous ne parvenez pas à vous apaiser ou que cette situation est trop préoccupante, il vous est possible de vous rapprocher d'une CJC (Consultation Jeunes Consommateurs) afin d'évoquer votre inquiétude avec des professionnels spécialisés sur la question et prendre du recul sur la situation. Ce sont des consultations accessibles librement ; elles sont confidentielles, individuelles et gratuites. Outre Montréal au Québec, il y a plusieurs Montréal en France et nous ne disposons pas de votre département de résidence, aussi nous vous joignons un lien ci-dessous qui pourra vous permettre d'effectuer votre propre recherche.

Si vous le souhaitez, vous pouvez bien sûr nous contacter afin d'être aidé dans cette orientation ou simplement pour évoquer votre inquiétude sous forme d'échanges anonymes et gratuits tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 ou par chat via notre site de 14h à minuit. N'hésitez pas à nous joindre, prendre un moment pour en parler peut contribuer à vous apaiser.

Bien cordialement

En savoir plus :

- Les Consultations Jeunes Consommateurs (CJC)
- Adresses utiles CJC
- Bad trip